Rok I. Kraków, dnia 1 kwietnia 1904 r. Nr. 1.

PRZEWODNIK KĄPIELOWY

Rok I. Kraków, dnia 1 kwietnia 1904 r. Nr. 1.

PRZEWODNIK KĄPIELOWY

DWUTYGODNIK ILUSTROWANY
POŚWIĘCONY SPRAWOM ZDROJOWISK I MIEJSC KLIMATYCZNYCH KRAJOWYCH.

Wychodzi w porze kąpielowej 1-go i 15-go każdego miesiąca.

Redaktor i wydawca: Dr. Zygmunt Wąsowicz.

Redakcya i Administracya:
Kraków, ulica Floryańska L. 44.

Rękopisów nie zwraca się.

Prenumeratę wynoszącą **6 kor.** za cały rocznik, przyjmuje prócz administracyi księgarnia *S. A. Krzyżanowskiego* w Krakowie i księgarnia *E. Wende i Spółka* w Warszawie.

Od wydawnictwa.

„Przewodnik kąpielowy“

jest pismem informacyjnem, które rozsyłane **bezpłatnie** ma za zadanie zapoznawać naszą publiczność w jaknajszerszych kołach z zaletami i urządzeniami naszych miejscowości leczniczych i pouczać ją, że i w kraju może leczyć się z równą, a często z większą dla siebie korzyścią i mniejszym kosztem, niż za granicą.

Przez zamieszczanie krótkich rozprawek treści balneologicznej i przemysłowo-zdrojowej, dokładnych opisów miejscowości i zakładów leczniczych i podawanie licznych wiadomości informacyjnych o pensyonatach leczniczych, hotelach i willach w naszych zdrojowiskach, przyczyni się bez wątpienia „PRZEWODNIK KĄPIELOWY“ do zwiększenia się ruchu w naszych miejscach kąpielowych, a co za tem idzie, do ich większego rozkwitu i rozwoju.

„Przewodnik kąpielowy“

rozsyłany więc będzie **bezpłatnie** w pierwszym rzędzie *PP. Lekarzom w Galicyi i Królestwie Polskiem, znajdzie się we wszystkich pociągach głównych linii kolejowych, czytelniach publicznych, hotelach, kawiarniach, cukierniach, restauracyach i t. d.*

Wobec tego pismo to przedstawia **niezwykle korzystne warunki** dla reklamowania w ogłoszeniach naszych miejscowości kąpielowych, zakładów leczniczych, pensyonatów, hoteli, prywatnych will w zdrojowiskach, jak niemniej przemysłowych i kupieckich, zwłaszcza w zdrojowiskach i większych ogniskach handlowych, przez które publiczność kąpielowa w drodze do zdrojowisk przejeżdżać musi.

O asanacyi Zakopanego.

Napisał Dr. Leonard Bier, c. k. inspektor.

Uzdrowiska i miejsca kąpielowe krajowe pod względem wygody (choćby bez komfortu), estetyki urządzeń i warunków zdrowotnych w porównaniu z obcemi nie jedno pozostawiają do życzenia. Faktu tego nawet w organie balneologicznym nie należy ukrywać, jak zarazem i podnieść trzeba, że jedną z głównych przyczyn różnicy tej jest brak odpowiednich środków finansowych pozostających do rozporządzenia odnośnym zarządom kąpielowym — a że zbyt krótki okres kąpielowy nie jest tu bez wpływu, tłómaczyć bliżej zdaje się jest zbytecznem. Szczęśliwszymi przeto nazwać trzeba te uzdrowiska i miejsca kąpielowe, w których ze względu na ich charakter leczniczy i klimatyczny chorzy przebywają dłużej, niż przez miesiące wakacyjne, a nawet rok cały.

Z pośród galicyjskich uzdrowisk jedynie Zakopane znajduje się w tem położeniu — mimo to postępy około udogodnienia i uzdrowotnienia tej pięknej miejscowości podtatrzańskiej, jakkolwiek w miarę możności finansowej gminy i urzędu klimatycznego uskuteczniane, tak wiele pozostawiały jeszcze do życzenia, że przeciętny gość obcych zakładów kąpielowych i mieszkaniec większego miasta wiele znajdywał powodów do zarzutów. Coraz większy napływ gości w sezonie letnim, gości wymagających urządzeń miejskich, napływ chorych, szukających w miejscowych warunkach klimatycznych poratowania zdrowia, krytyka coraz częstsza dotychczasowych warunków pobytu przynaglały gminę i komisyę klimatyczną do energiczniejszego zajęcia się warunkami zdrowotnymi na obszarze stacyi klimatycznej. Zabiegami osób życzliwych dla Zakopanego udało się u Sejmu wyjednać na cele asanacyi Zakopanego zagwarantowaną przez kraj pożyczkę w kwocie 400.000 kor. Suma ta zdaniem pewnych organów komisyi klimatycznej miała starczyć na urządzenie wodociągu i kanalizacyi. Wobec wątpliwości, czy za sumę powyższą możliwem jest uskutecznienie tak ważnych inwestycyi w obrębie stacyi klimatycznej, czy, jak to przedstawiano, jedynie kanalizacya może wpłynąć dodatnio na stosunki zdrowotne Zakopanego, zwróciła się Zwierzchność gminna do piszącego niniejszy artykuł z prośbą o wydanie opinii, jaki system usuwania nieczystości miejskich na obszarze

stacyi klimatycznej uważać należy za odpowiedni? Inżynier p. Stan. Horoszkiewicz równocześnie podjął się na życzenie Zwierzchności gminnej Zakopanego wygotowanie potrzebnych dla opinii planów i kosztorysów. Opinia ta wyszła jako urzędowe sprawozdanie c. k. powszechnego zakładu dla badania środków spożywczych w Krakowie, opatrzone licznymi tablicami statystycznymi, rozbiorami wody, planami i kosztorysami.

Czyniąc zadosyć życzeniu redakcyi *Przewodnika kąpielowego* postaram się streścić w krótkości to urzędowe orzeczenie, dotyczące asanacyi Zakopanego.

Zaznaczyć należy na wstępie, że momentem, posiadającym główne znaczenie przy ujęciu powyższej opinii, musiała być kwestya zasobów finansowych gminy. Gmina Zakopane nie posiada żadnego majątku nieruchomego prócz kilku domów i bardzo nieznaczny ruchomy w postaci papierów wartościowych, zajętych obecnie jako gwarancya na budowę rzeźni. Dochody, którymi gmina opędza swoje potrzeby, czerpie z dodatków do podatków i specyalnych opłat. Zrozumiałem jest przeto, że inwestycye dla uregulowania nieczystości miejskich nie mogłyby znaleść wydatniejszego pokrycia, czy zabezpieczenia po za pożyczką zagwarantowaną przez Sejm. Wobec potrzeby zaprowadzenia jak najprędzej wodociągu, którego kosztorys podany przez inżyniera Horoszkiewicza, obliczono na 350.000 kor., pozostawała jedynie kwota 85.000 kor. na uregulowanie sprawy nieczystości miejskich. Mimo z góry danego ograniczenia możliwych projektów, uwzględniono w powyżej wspomnianej opinii kilka, które dla Zakopanego mogłyby wchodzić w rachubę, nietylko systemów wywozowych, ale i projekt kanalizacyi.

Uzdrowisko Zakopane, część wsi Zakopane położona przeważnie wzdłuż najgęściej zabudowanych ulic Chramcówki, Jagiellońskiej, Chałubińskiego, Zamoyskiego, Krupówek, Przecznicy, Kasprusia, Kościeliskiej z pobocznymi, nadto ul. Nowotarskiej, Starej Polany z przysiółkiem Bystre, obejmuje część administracyjną gminy Zakopane, położoną na prawym brzegu potoków: „Cicha woda“ i „Biały Dunajec“ od roli Skibówki do roli Sperkówki włącznie po granice obszaru dworskiego, tudzież na lewym brzegu część Gubałówki od Gładkiej do Tatarów włącznie.

Spadek terenu uzdrowiska z południowego zachodu ku północnemu wschodowi znaczny — wynosi od granicy obszaru dworskiego na drodze do Kuźnic do miejsca odległego na $1/2$ kilometra od zbiegu ulic Chramcówki i Starej Polany prawie 100 *m* — do tegoż samego miejsca od końca ulicy Kościeliskiej 44 *m*. Powierzchnia gruntu zajętego przez uzdrowisko, stanowi prawie wyłącznie nasypisko, złożone z piasku grubszego i drobniejszego żwiru, oraz kamieni naniesionych przez potoki przeżynające tę przestrzeń: Bystry, Foluszowy, Czarny, Biała woda, Młyniska, Gąsienicowy, zbiegające wszystkie do „Cichej wody“ po prawej jej stronie.

Począwszy od potoku Młyniska ku Cichej wodzie, warstwa urodzajna gruntu jest więcej jednostajną. Prócz tego rodzaju gruntu spotyka się ogniska torfiaste, n. p. wzdłuż ul. Kościeliskiej, Kasprusia.

Pod powierzchowną warstwą spotyka się mniej lub więcej zbity łupek. Grubość warstwy gruntu jest rozmaita w różnych częściach Zakopanego, jak o tem świadczy znikanie wody gruntowej w studniach w czasie silnych mrozów w niektórych miejscach, — n. p. przy ul. Jagiellońskiej i Chramcówkach wynosi powyżej 8 *m*.

Z wyjątkiem miejsc torfiastych, przepuszczalność powierzchownej warstwy gruntu jest bardzo znaczna, za czem przemawia nietylko szybkie znikanie opadów atmosferycznych, nie zbyt długo trwałych, mimo braku prawie zupełnego kanałów powierzchownych, ale i szybka zmiana fizykalnych własności wody studziennej w następstwie opadów obfitych i po roztopach wiosennych.

Woda gruntowa płynie w kierunku spadku terenu gdzieniegdzie bliżej powierzchni gruntu, w innych miejscach głębiej, przyczem wybitny wpływ na jej stan wysokości wywiera wysokość poziomu wody najbliższego potoku. Na przestrzeniach niektórych n. p. wzdłuż Krupówek koło domu p. Mielocha, w górnej części Kasprusia woda gruntowa występuje w postaci źródełek, tworząc mokradła. Wachania wody gruntowej są znaczne. Dokładnych badań w tym kierunku w Zakopanem nie robiono. O ile z opowiadań właścicieli domów i robotników zajętych przy kopaniu studni można wnosić, wachania te wynoszą często powyżej jednego metra. Powierzchnia gminy Zakopane obejmuje około 40 Klm. □ czyli 4000 Ma., powierzchnia uzdrowiska 963 ha.

Ludność gminy Zakopane wynosiła według spisu w 1900 roku 5280, ilość ludności na obrębie stacyi klimatycznej według obliczenia z dnia 14 stycznia b. r. 3190. Przyrost ludności w gminie wynosił w ostatniem 10-leciu 41.8%. Ruch gości w ostatniem dziesięcioleciu wzrósł bardzo wybitnie.

Do roku 1894 frekwencya była nie wielką, przekraczała nieznacznie liczbę 3600 — w roku 1894 ilość nagle wzrosła do 5225, poczem w ciągu czterech następnych lat nieznacznie wzrosła, wznosi się znów wybitnie w roku 1899 do 7158, a w roku 1900 do 10.820 osób.

Nagły wzrost w r. 1894 przypisać należy wystawie krajowej we Lwowie, w tymże samym roku, na zwiedzenie której wiele osób jadąc, pozostawało następnie u wód galicyjskich, zaś wzrost w roku 1900 otwarciu kolei Chabówka—Zakopane. Po otwarciu kolei przyrost roczny w ciągu dwu ostatnich lat nie jest już tak znaczny jak w roku otwarcia, niemniej jednak wybitny.

Obliczyć go można na około 5000 osób rocznie gości (służby nie wliczono). Przyjmując, że wzrost ten będzie jednakowym w ciągu następnych 20 lat, należałoby się spodziewać, że po 20 latach, to jest w roku 1923, do którego obliczono potrzebę rozmiarów inwestycyi, frekwencya gości (wraz ze służbą) dojdzie do cyfry 24.500 osób. W tymże czasie należy się na podstawie dotychczasowego przyrostu ludności stałej całej gminy Zakopane wraz z Olczą spodziewać około 6300, a przyjmując z dotychczasowego jej rozmieszczenia, że jej połowa mieszkać będzie na obrębie stacyi klimatycznej, spodziewać się należy po 20 latach prócz gości i za niemi idącej służby i przemysłowców, 3150 ludności stałej.

Na podstawie dokładnego spisu domów oraz niektórych urządzeń domowych, znajduje się obecnie na obrębie uzdrowiska 575 domów o 3222 pokojach, 631 kuchniach, 74 sklepach i 61 salach. Wykluczając sklepy i sale (zabaw, restauracyjne i szkolne), jako części nie mieszkalne i przyjmując na 1 pokój po 2, na kuchnię po 1 osobie, może się w domach na obrębie stacyi położonych pomieścić równocześnie 7275 osób. W razie niezwykłego napływu gości w lecie, gdyby ilość powyższa mieszkań nie wystarczyła i zachodziła konieczność użycia jako miejsc noclegowych sklepów i sal. ilość osób, któreby mogły pomieścić się równocześnie na obrębie stacyi klimatycznej obliczyćby należało na 7470 (przyjmując na salę po 2, na sklep po 1 osobie).

Gęstość zaludnienia na przestrzeni uzdrowiska wynosi obecnie w zimie 3.3 na ha., przy możliwie największym napływie gości w pełnym sezonie letnim 7.5 wz. 7.7 na ha. Przeciąg pobytu gości w Zakopanem

zależy od pory roku. Przyjmując jednak dla wszystkich pobyt jednakowy n. p. 30 dni, wypada biorąc poprzednio podaną liczbę po 20 latach 24.500 osób, że spędzą one w Zakopanem w ciągu roku 735.000 dni, czyli tyle, ileby spędziło 2013 osób, mieszkając na obrębie stacyi przez cały rok. Dodając liczbę tę 2013 do prawdopodobnej ludności stałej po 20 latach 3150, wypada liczba 5136 osób, któraby odpowiadała wielkości zaludnienia stacyi klimatyczuej, gdyby stanowiła jednostajnie zaludnione w ciągu całego roku miasto.

Gęstość zaludnienia tegoż miasta wynosiłaby 5.3 na 1 ha. W razie równoczesnego pobytu $^2/_3$ z całej rocznej frekwencyi gości po 20 latach, t. j. 16·333, dochodziłaby gęstość zaludnienia do 18 na 1 ha.

Gęstość zabudowania przeciętna i zaludnienia przy poszczególnych ulicach Zakopanego jest rozmaitą. Przyjmując pas zabudowania dla poszczególnych ulic na 120—220 *m* szeroki, wypada, że najgęściej zamieszkane są tak w zimie jak i w lecie przy możliwie największym napływie gości ulice Kościeliska i Stara Polana, na których gęstość zaludnienia w sezonie letnim przy zupełnem zapełnieniu mieszkań waha od 47—61, w innych porach roku od 22—43 osób na ha. Reszta ulic, jak Zamoyskiego, Chałubińskiego, Chramcówki, Jagiellońska, Sienkiewicza wykazują znacznie mniej gęstą ludność od 3—13, 9 w zimie, od 20—45, 3 osób na ha. w pełnym sezonie letnim i zupełnem zapełnieniu mieszkań.

Nieznaczna ilość ulic przebiegających na wielkiej stosunkowo powierzchni stacyi klimatycznej prawie rozbieżnie i omal, że zupełny brak ulic poprzecznych sprawia, że bardzo znaczne przestrzenie między poszczególnymi ulicami zajmują przeważnie łąki, pola uprawne, gdzieniegdzie las. Przestrzenie te przeżynają potoki powyżej wymienione.

(D. n.)

Kilka uwag o czynnikach działających w kąpieli mineralnej na ustrój ludzki.

Podał **Dr. Zygmunt Wąsowicz.**

W o d ą m i n e r a l n ą nazywamy wodę leczniczą, t. zn. taką, która zawiera w rozczynie składniki mineralne, mogące wywrzeć na ustrój ludzki wpływ leczniczy. Skład chemiczny wód takich musi być stały, a ciepłota niezmienną.

Wszystkie wody mineralne, z wyjątkiem wód gorzkich, bywają używane na kąpiele. Wpływ takich kąpieli zależy przedewszystkiem od ciepłoty używanego na kąpiele zdroju, od składników stałych mineralnych i lotnych wody, a także i od sposobu zastosowania kąpieli.

Stosownie do własności wody użytej na kąpiele rozróżniamy kąpiele mineralne z cieplic obojętnych, z cieplic alkalicznych i cieplic wapniowych, kwas węglowy zawierających, kąpiele ze szczaw mineralnych, kąpiele solankowe, żelaziste, siarczane, borowinowe i z mułu mineralnego.

Jakkolwiek skład chemiczny wszystkich wyliczonych powyżej kąpieli mineralnych przedstawia wielkie różnice, to w działaniu ich na ustrój ludzki odgrywają ważną rolę własności wszystkim wspólne — a mianowicie własności kąpieli mineralnych c i e p l n e, c h e m i c z n e, m e c h a n i c z n e, a poniekąd i e l e k t r y c z n e.

Podobnie, jak w kąpielach z wody zwyczajnej jednym z najgłówniejszych czynników działającym na ustrój, jest c i e p ł o t a k ą p i e l i. Ciepłota kąpieli wpływa przedewszystkiem na czynność regulującą ciepłotę skóry, wzmaga, albo ogranicza wydalanie ciepła przez skórę, zwiększa, albo zmniejsza produkcyę ciepła w ustroju człowieka, wywiera silne podrażnienie nerwów obwodowych, które to podrażnienie udziela się odruchowo całemu układowi nerwowemu — a wreszcie wywiera wpływ na utlenianie w komórkach i na przeróbkę pierwiastków.

Wychodząc z założenia, że prawidłowa ciepłota ciała od 35°—37° C. wynosząca, jest najodpowiedniejszą



Ogólny widok Krynicy.

miarą do ocenienia wpływu cieplnego kąpieli na ustrój człowieka, można pod tym względem podzielić kąpiele na 3 grupy — a mianowicie:

1. Kąpiele ciepłe obojętne (34—35° C.).
2. Kąpiele odciągające ciepło ustrojowi (poniżej 34° C.) i
3. Kąpiele zwiększające ciepłotę ustroju (powyżej 35° C.).

Kąpiele ciepłe obojętne o stopniu ciepłoty, zbliżonym do ciepłoty ciała, zastosowane w ten sposób, aby ciepłota przez ciągły dopływ wody utrzymaną była na jednym i tym samym stopniu, a nie trwające dłużej jak 15—25 minut, można uważać za kąpiele zachowawcze (konserwujące), które nie pobudzając narządu regulującego wytwarzanie ciepła, chronią ciało przed zwiększonem wydalaniem ciepła. Działanie w takiej kąpieli ciepłoty ogranicza się tylko na obwodowy układ nerwowy i to w stopniu tak nieznacznym, że ten wpływ nie zaznacza się zupełnie dalej na układzie nerwowym środkowym, krążeniu i oddechaniu. W kąpieli takiej pozostaje nietylko ciepłota ciała stale prawidłową, ale także ilość ciepła oddawanego przez ustrój wodzie mineralnej jest równą ilości ciepła oddawanego w tym samym czasie na powietrzu. Wpływ więc cieplny takiej kąpieli równa się zeru.

Granica ciepłoty kąpieli obojętnej jest różną — da się jednakowoż oznaczyć dla wszystkich na 34—35° C. Indywidualność chorego odgrywa tu ważną rolę — osoby niedokrwiste naturalnie inaczej będą odczuwały taką kąpiel, jak osoby krwiste i na zimno zahartowane. Działanie takiej kąpieli zawisłem będzie wreszcie i od zachowania się w kąpieli, jak nie mniej i od ciepłoty samej izby kąpielowej.

Kąpiele te mogą pobudzić nietylko czynności fizyologiczne skóry, wywierają one również skutkiem nacieczenia (napęcznienia) zakończeń obwodowych nerwów czuciowych i na układ nerwowy wpływ, który możnaby bliżej określić jako uspakajający. Dlatego kąpiele te odgrywają ważną rolę tam, gdzie może zależeć na ułatwieniu ogólnego odżywiania ustroju, szczególniej u osób starszych i osłabionych — a wogóle tam, gdzie chodzić musi nietylko o zaszanowanie, ale i o podniesienie sił chorego.

Kąpiele powyżej 35° C. zwiększają ciepłotę ustroju tak przez dowóz ciepła, jak również i przez zmniejszenie możności oddawania ciepła ze strony ciała. I tak w kąpieli wynoszącej np. 37·5° C. znaleziono ciepłotę ciała 38·8° C., w kąpieli wynoszącej 46° C. podskoczyła ciepłota ciała po kilku już minutach na 40° C. Ciepłota ciała w takich kąpielach podwyższa się zawsze w stosunku prostym do ciepłoty kąpieli. W 1—2 godzin po kąpieli gorącej wraca ciepłota ciała do stanu prawidłowego. Wyższej, niż 50° C. nie może znieść ustrój ludzki bez narażenia na poważniejsze zaburzenia jego czynności fizyologicznych. Cóż się dzieje z ustrojem w takiej kąpieli?

W krótkim już czasie po wejściu do gorącej kąpieli występuje silne rozszerzenie naczyń krwionośnych — czynność wydzielnicza skóry zostaje podniesioną, czucie dotyku i miejsca i czucie bólu zaostrza się, naczynia głębokie zwężają się, ilość ciałek krwi czerwonych na obwodzie maleje, tętno staje się szybszem, ciśnienie krwi spada, oddechy stają się przyspieszone, a przemiana materyi zostaje silnie pobudzoną.

Z tego zachowania się ustroju nie trudnoby było wyciągnąć wnioski, do czego takie kąpiele służyć mogą? Zastosowanie one znajdą tam, gdzie chodzi o silniejsze pobudzenie czynności wydzielniczej skóry i o zwiększenie przeróbki materyi.

Kąpiele odciągające posiadają ciepłotę niższą, niż 34° C., stosuje się je o ciepłocie 25° C, przez 15—20 minut. Kąpiący się doświadcza po wejściu do kąpieli uczucia dreszczów i odrazy — występuje silny skurcz naczyń obwodowych, który po niejakim czasie ustępuje, naczynia krwionośne rozszerzają się, skóra czerwienieje i przyjemne uczucie ciepła rozchodzi się po całem ciele. To silne pierwsze wrażenie, wywołane niską ciepłotą kąpieli, zaznacza się również przyspieszeniem czynności serca, które jednakowoż prędko przemija, skurcze serca stają się rzadsze, tętno wolnieje — a ilość ciałek krwi czerwonych, przeciwnie jak w kąpielach gorących, na ilości przybiera. Podobnie zwiększa się i zawartość barwnika krwi, a oddechy stają się szybsze i głębsze.

Co się tyczy przeróbki pierwiastków, to w kąpielach tych przyspiesza się proces utleniania, ustrój więcej wytwarza i wydala kwasu węglowego, a więcej wchłania tlenu.

Co do zachowania się ciepłoty ustroju w takiej kąpieli, to utrata ciepła jest zupełnie proporcyonalną do różnicy ciepłoty ustroju i kąpieli, a odpowiednio do utraty ciepła zwiększa się w ustroju i jego produkcya, często o dwakroć, lub trzykroć, niż w stanie prawidłowym.

Ogólnie więc da się działanie kąpieli odciągającej ciepło oznaczyć jako podniecające, wywierające na ustrój wpływ orzeźwiający, wywołujące uczucie ogólnej dogody i pobudzające łaknienie, a wreszcie przez odciąganie ustrojowi ciepła, działanie to można zużytkować jako środka przeciwgorączkowego.

Jak widzimy podnieta cieplna kąpieli mineralnych podobnie jak i kąpieli z wody zwyczajnej, jest czynnikiem w działaniu i stosowaniu tych kąpieli ogromnie ważnym, wpływając tak bezpośrednio, jak i pośrednio prawie na wszystkie najważniejsze czynności całego ustroju. Ten też czynnik rozstrzygać będzie zawsze i musi być wzięty pod rozwagę tam, gdzie chodzi o zastosowanie kąpieli dla ustroju chorego.

Trzy inne podniety, jakie są udziałem każdej kąpieli mineralnej, nie są w stanie zrównoważyć ze względu na swe działanie podniety cieplnej.

I tak podnieta mechaniczna kąpieli mineralnej zależy tylko od sposobu jej zastosowania, od uregulowania przypływu i odpływu wody, od ruchów wody falistych — woda mineralna tu działa tylko jako masa — i działa różnie, zależnie od jej ruchu i ciśnienia, wywieranego na powierzchnię ciała. Działanie to mechaniczne kąpieli jako masy występuje jeszcze najwyraźniej w kąpielach morskich, gdzie i ilość i wielkość fali obok ciepłoty odgrywa dość ważną rolę.

Co do podniety chemicznej kąpieli mineralnej, to znachodzi ona źródło w zawartych w wodzie gazach, lotnych organicznych związkach, jakkolwiek i stałym częściom składowym nie można odmówić w niej udziału.

W kąpielach mineralnych ze szczaw pojedynczych i żelazistych czynnikiem drażniącym skórę jest kwas węglowy, w siarczanych siarkowodor, w borowinowych kwas mrówczany itd. Ta chemiczna podnieta, wywołana przez którykolwiek z tych czynników może spowodować dość wybitny wpływ na przemianę materyi, na naczynia obwodowe, odruchowo podrażnić może nerw błędny i wywołać zmiany w ciśnieniu krwi i skurczach serca.

Czy jednakowoż części stałe wody mineralnej, prócz mechanicznego lub chemicznego zadrażnienia zakończeń nerwowych, mogą przez skórę nieuszkodzoną dostać się do obiegu krwi i uledz wessaniu, jest jeszcze do dnia dzisiejszego kwestyą stanowczo nierozstrzygniętą.

Pewnem natomiast jest, że niektóre związki chemiczne posiadają własność rozpuszczania naskórka i wtedy dopiero ulegają wessaniu. Możliwem jednakowoż jest, że i związki chemiczne nie posiadające tych własności mogą w kąpieli być przez skórę wchłonięte przy należytem utrzymaniu skóry, wysokiej ciepłocie kąpieli, a i nacierania się w kąpieli mogą być tu momentem bardzo pomocniczym.

Co do podniety elektrycznej w kąpieli mineralnej, to została ona w ostatnich czasach podniesioną. Woda mineralna przez zetknięcie się z ciałem ludzkiem ma wytwarzać prąd elektryczny, który zwłaszcza na zakończenia nerwowe może zadziałać dodatnio. Kąpiele mineralne zamożniejsze w kwas węglowy i siarkowodór posiadają zdolność wytwarzania prądów elektrycznych silniejszych.

wej, a przedewszystkiem brak dostatecznej ilości kąpieli mineralnych oraz wadliwe urządzenie łazienek błotnych. Wydział przychylił się do żądania prelegenta, ażeby opinię swoją w sprawie hydropatyi w Ciechocinku zakomunikować zarządowi ciechocińskiemu.

W drugiej części posiedzenia przewodniczący odczytał referat o pracy prof. Jaworskiego w sprawie wód sztucznych. Ponieważ wody sztuczne niczem nie różnią się w swoich własnościach od naturalnych, a te ostatnie zawierają zawsze obok składników zasadniczych domieszki obojętne, lub niepożądane, przeto prof. Jaworski żąda stosowania wyłącznie wód sztucznych, stosownego składu i koncentracyi. Dla ujednostajnienia fabrykacyi i receptury prof. Jaworskiego proponuje odpowiednio ułatwioną tablicę i nomenklaturę. Projekt ten zapewnia i korzyści ekonomiczne, gdyż wody fabrykowane w kraju mogą zastąpić z czasem zupełnie importowane wody zagraniczne.



Łazienki mineralne i borowinowe w Krynicy.

Sprawozdania i streszczenia.

Wydział zdrojowisk Towarzystwa hygienicznego w Warszawie pod przewodnictwem swego zasłużonego prezesa Dra H. Dobrzyckiego odbył dnia 23 marca r. b. posiedzenie, na którem Dr. F. Arnstein wygłosił rzecz o potrzebie założenia w Ciechocinku zakładu wodoleczniczego. Projekt swój mówca latem 1903 r. przedstawił zarządowi kąpielowemu w Ciechocinku, ale bezskutecznie, gdyż opozycya kierowała się różnymi motywami, głównie natury ekonomicznej. Mówca wychodzi z założenia, że zdrojowisko tej miary, co Ciechocinek, musi posiadać możność stosowania na miejscu bez wyjątku wszystkich zabiegów leczniczych, gdy nadto liczba osób, potrzebujących leczenia hydropatycznego, stale się zwiększa; żądania mówcy sprowadzają się do tego, ażeby w mającym stanąć niebawem domu kąpielowym 2 sale były poświęcone na wodolecznictwo, oraz, ażeby kilka osób ze służby łaziennej wykwalifikowano w stosowaniu zabiegów wodoleczniczych. W dyskusyi nad przemówieniem Dra Arnsteina podnoszone były różne braki Ciechocinka: brak dostatecznej ilości wody czystej (wodociąg ma być powiększony za 3 lata), brak pralni paro-

Rada nadzorcza Sanatoryum dla chorych piersiowo pod kierunkiem Dra Kaz. Dłuskiego odbyła dnia 22 marca w Krakowie w Grand hotelu posiedzenie pod przewodnictwem wiceprezesa hr. Adama Krasińskiego. Rada nadzorcza załatwiła sprawy administracyjne, uchwaliła budżet zakładu na rok bieżący i poleciła wiceprezesowi, aby wspólnie z dyrektorem oznaczył termin tegorocznego walnego zebrania akcyonaryuszy.

Dyrektor Dr. Dłuski złożył sprawozdanie lekarskie z ruchu chorych w Sanatoryum od chwili otworzenia zakładu, oraz z wyników leczenia. Od dnia 10 listopada 1902 r. do 10 marca b. r. leczyło się w zakładzie przeszło 270 chorych; najwięcej pacyentów 65 było z Warszawy i Królestwa polskiego, dalej Polacy z Rosyi, nawet z Ufy i Permu, wreszcie z Galicyi. Z polecenia np. lekarzy lwowskich bawiło w Sanatoryum zakopiańskiem 33 chorych; z polecenia lekarzy krakowskich 9 chorych. Z Litwy było 80 osób, z Poznańskiego 12.

Wiceprezes ordynat hr. Adam Krasiński przedstawił działalność i znaczenie zakopiańskiego Sanatoryum dla polskiego społeczeństwa. Zaznaczył, że półtora roku upłynęło od otwarcia Sanatoryum, utworzonego z myślą i pragnieniem, aby służyło tej licznej rzeszy cierpiących, którzy nie mając dotychczas odpowiednio

urządzonego zakładu w kraju, szukali poratowania zdrowia po za granicami.

W zakładzie Dra Turbana w Davos przez czas 7 lat przesunęło się 400 przeszło osób; znaczy to, że czas leczenia dla jednej osoby wynosi tam około 7 miesięcy. W Sanatoryum można wskazać takich, którzy już drugą zimę z największym dla siebie pożytkiem w zakładzie spędzają, ale cyfry mówią, że pacyent bawi przeciętnie w Sanatoryum 2—3 miesięcy i że w tej proporcyi mielibyśmy przez lat 7 nie czterystu kilku, ale przeszło 1200 pacyentów. Objaw ten przypisuje mowca materyalnym względom i skłonności naszej do uważania się za wyleczonego zbyt wcześnie.

Wreszcie zaznaczył mowca z naciskiem, że dążeniem akcyonaryuszów przy budowie Sanatoryum nie były zyski materyalne, ale chęć wzniesienia w najpiękniejszym i najzdrowszym zakątku naszego kraju zakładu leczniczego, któryby mógł iść o lepsze, a nawet przewyższyć pod pewnymi względami podobne instytucye zagraniczne. Uczyniono wszystko, aby stworzyć zakład wzorowy. — Udziałowcy dotychczas żadnych zysków nie mają, a w przyszłości spodziewają się jedynie bardzo skromnych odsetków od wyłożonego kapitału. Nie szukali ponętnej lokaty — chcieli spełnić czyn obywatelski.

J. Maliniak: Sanatorya i ich rola w walce z gruźlicą. (*Nowiny lek.* Nr. 1 i 2 z 1904 r.). Od drugiej połowy zeszłego stulecia, t. j. od czasu ogłoszenia przez Brehmera metody dyetetyczno-hygienicznego leczenia suchot płucnych, rzucono się, szczególniej w Niemczech, do budowania sanatoryów dla chorych gruźliczych. Początkowo sanatorya te, z powodu znacznych kosztów leczenia, dostępne były tylko dla ludzi bogatych, względy jednak ekonomiczne, t. j. możność ocalenia dla społeczeństwa jednostek wskutek swej choroby nieużytecznych, a często na śmierć skazanych, stworzyły potrzebę zakładania sanatoryów ludowych. I dziś takie sanatorya, szczególniej w Niemczech, istnieją; ilość chorych, którzy tam odbywają trzymiesięczną kuracyę, wynosi w przeciągu roku do 20.000.

To jednak rozszerzenie się leczenia w sanatoryach, a co za tem idzie, możność dokonania dokładniejszych obserwacyi na znacznej liczbie chorych, wykazało braki i wady tej metody leczenia. Względy ekonomiczne zmusiły do ustalenia czasu trwania leczenia na przeciętnie trzy miesiące; czas ten jest stanowczo za krótki, i dlatego z sanatoryów wychodzili często chorzy wprawdzie ze znaczną poprawą, jednak nie zupełnie wyleczeni.

Co do samej metody leczenia, to prawowierni wyznawcy Brehmera ograniczają ją do forsownego odżywiania i leżenia na powietrzu. Trzeba jednak pamiętać o tem, że w ten sposob można podnieść odżywienie chorego, nie zawsze jednak wywołamy uspokojenie i zabliźnienie się procesu gruźliczego w płucach. Tak samo szablonowe stosowanie leżenia nie zawsze daje dobre wyniki, gdyż lekki wysiłek fizyczny, szczególniej u ludzi do pracy fizycznej przyzwyczajonych, a więc np. u robotników, podnosi sprawność i energię życiową. Nagłe przejście z zupełnej bezczynności i spokoju do ciężkiej pracy fizycznej może również poprawę, uzyskaną w sanatoryum, uczynić bardzo problematyczną.

Zarzucenie wszelkich środków farmaceutycznych nie ma tak samo racyi bytu, jak i leczenie gruźlicy za pomocą tylko podawania najrozmaitszych lekarstw.

Stwierdzenie, że w każdym klimacie znajdujemy ludzi chorych na gruźlicę, doprowadziło do wniosku, że klimat żadnego wpływu na leczenie gruźlicy nie posiada. Dlatego budowano sanatorya w każdym klimacie, chociaż dziś nie da się zaprzeczyć, że klimat południowy dla osób wyniszczonych, a podgórski u osobników odporniejszych wywiera wpływ bardzo dodatni i wieloletniem doświadczeniem stwierdzony.

Wreszcie z powodu ograniczonej liczby miejsc, przyjmowano do sanatoryów tylko chorych z początkowymi objawami gruźlicy, u których naturalnie i wyniki leczenia były najlepsze. Pozostaje jednak ogromna ilość chorych z gruźlicą dalej posuniętą, których właśnie powinno się ze społeczeństwa usunąć, gdyż oni stać się mogą powodem rozszerzenia się tej strasznej choroby na otoczenie. Dlategoto na ostatnich zjazdach przeciwgruźliczych rzucono myśl, aby dla tych właśnie chorych budować sanatorya, i starać się ich z jednej strony uleczyć, z drugiej, o ile są nieuleczalni, odsunąć od otoczenia i w ten sposób ograniczyć możność rozszerzania się tej choroby szczególniej między dzieci, z powodu niedostatecznej ich siły obronnej do zarażenia skłonnych. Uleczenie początków gruźlicy, jak to wykazał Hammer, jest możliwem również i przy leczeniu ambulatoryjnem, podczas gdy chorzy z gruźlicą dalej posuniętą, tylko przy zmianie warunków życia mogą liczyć na wyleczenie.

Nie da się zaprzeczyć, że sanatorya wywierają znaczny wpływ na leczenie gruźlicy, jak to zresztą wykazuje poprawa stanu zdrowotności w krajach, w których liczne sanatorya znajdujemy; posiadają one jednak i liczne braki, których usunięcie powinno być zadaniem przyszłości. *Dr. L.*

Wiadomości bieżące.

Zakład leczniczy Dra Andrzeja Chramca w Zakopanem i sanatoryum dla chorych piersiowo Dra Kazimierza Dłuskiego otrzymały najwyższe odznaczenia na międzynarodowej wystawie zdrojowej, urządzonej w jesieni roku z. w Wiedniu.

Jaśkowice, stacya klimatyczna i zakład wodoleczniczy w pobliżu Krakowa, przeszły na początku b. r. na własność Dra Władysława Grabowicza z Krynicy, który zakład ten ma zamiar nadal prowadzić.

Zakład leczniczy w Busku (dojazd do stacyi kolejowej Kielce, kolei Dąbrowskiej, Król. Polskie), posiadający kąpiele siarczane, z wody zwyczajnej, parowe, balsamiczne, żelaziste, mułówki itp., otwarty będzie od dnia 21 maja. W zakładzie znajdują się nowe mułówki, zakład hydropatyczny, gabinet elektro-terapeutyczny i kąpiele elektryczne.

Sanatoryum Dra Brehmera dla słabych na piersi w Goerbersdorfie na Śląsku przeszło w ręce Towarzystwa

z ograniczoną poręką. Jednym z członków rady zarządzającej jest prof. Dr. Kobert, a tajny radca prof. Flügge z Wrocławia został powołany jako doradca naukowy. Lekarzem naczelnym został Dr. v. Hahn.

Sanatoryum dla chorych piersiowo w Rudce. Członkowie komitetu, zebrani na posiedzeniu dnia 29 lutego b. r, wybrali prezesem Dra T. Dunina, zastępcą budowniczego Józefa Dziekońskiego, skarbnikiem E. Natansona, a sekretarzem Dra W. Szumlańskiego. Delegatem z ramienia rady Towarzystwa jest Dr. J. Szwajcer. Tak ustanowiony komitet sanatoryum rozpoczyna swoją działalność budową w dalszym ciągu uzdrowiska dla chorych na płuca w Rudce na gruncie, ofiarowanym pod budowę przez ks. Stan. Lubomirskiego, dożywotnego członka komitetu.

O przedłużenie sezonu w Ciechocinku. Grono poważnych obywateli wystosowało podanie do władzy gubernialnej, pod której zarządem pozostaje zakład kąpielowy w Ciechocinku, aby zakład rzeczony był otwarty przez rok cały, nawet w porze zimowej.

Interesowani w tej sprawie obywatele dowodzą, że zakład nie byłby narażony na żadne straty materyalne, lecz przeciwnie miałby zyski, chociażby ceny w porze zimowej były niższe, niż w sezonach letnich. Co rok w porze zimowej znaczna liczba osób z Warszawy i innych stron Królestwa wyjeżdża za granicę do kąpieli, podobnych do ciechocińskich, nie zamykanych przez zimę.



Pomnik prof. Dra J. Dietla w Krynicy.

Połączenie Zakopanego z Krakowem. Od 1 maja 1904 r. zaprowadzone być mają pewne zmiany w połączeniu kolejowem Zakopanego z Krakowem, a mianowicie zniesione będą pociągi mieszane, wskutek czego czas przejazdu skróci się o $1^1/_2$ godziny i ranny pociąg z Zakopanego wychodzić będzie o 8·20. Z Zakopanego przyjeżdżać się więc będzie około 1 w dzień i około 11 w nocy.

Nowa Reforma słusznie jednak żąda jeszcze, aby urządzono pociąg z Krakowa do Zakopanego, odchodzący około godz. 3 popołudniu, a przybywający na miejsce o 8 wieczorem, dziś bowiem odjeżdżający z Krakowa marnować muszą cały dzień, pociąg proponowany byłby zwłaszcza nieoceniony w dnie przedświąteczne. — W sprawie tej interweniowali również w Dyrekcyi kolejowej posłowie do Rady państwa, pp Danielak, Petelenc i Rotter.

Zapomniane zdrojowisko. W Niemirowie przy wierceniu studni w tamtejszym browarze natrafiono w głębokości 30 metrów na bardzo obfite źródło siarczane, którego pomimo usilnej, kilka tygodni trwającej pracy, w żaden sposób wypompować się nie dało; owszem, przy głębszem wierceniu obfitość źródła się coraz więcej wzmagała. Zjawiska takie są w okolicy Niemirowa częste, a nadmienić wypada, że przed 120 laty sam Niemirów miał kąpiele siarczane i żelaziste, nawet podobno bardzo uczęszczane. Niestety z dawnej kąpielowej przeszłości Niemirowa pozostały tylko wspomnienia, a z budynków kąpielowych tylko gruzy. Brak środków komunikacyjnych, oddalenie znaczne od linii kolejowych i nieudolna gospodarka dawniejszych właścicieli Niemirowszczyzny, sprowadziła upadek tej miejscowości kąpielowej i tylko nazwa przysiółka „Łazienki“ wskazuje, że kiedyś tam coś podobnego istniało. Dzisiaj istnieją jeszcze dwa domy, w których w lecie mieszczą się chorzy nędzarze, a kąpieli ze sączących się jeszcze źródeł udziela im miejscowy karczmarz.

Obręb ochronny Nałęczowa. Skutkiem uznania wód mineralnych Nałęczowa za mające znaczenie publiczne, departament górnictwa, w celu ich ochrony od zepsucia lub wyczerpania, zwrócił się do zachodniego zarządu górniczego z prośbą o przedstawienie wniosku w tej mierze i określenie granic obrębu ochronnego nałęczowskich źródeł mineralnych. Wobec tego zarząd zachodniego okręgu górniczego polecił inżynierowi-górnikowi A. Kandakiemu dokonanie badań geologicznych rzeczonych wód w ciągu wiosny i lata tegorocznego i wypowiedzenie wniosków ostatecznych.

Zmiana zarządu w Krynicy. Z powodu zamianowania zarządcy zdrojowego w Krynicy, p. Antoniego Mravincsicsa, c. k. starostą i przeniesienia go do Lwowa, zamianowało ministeryum rolnictwa komisarza powiatowego p. Adama Grabowskiego, zarządcą zakładu krynickiego. P. A. Grabowski przez kilka lat z rzędu pełnił obowiązki komisarza zdrojowego w Truskawcu, gdzie skutkiem swej ze wszechmiar dodatniej działalności cieszył się ogólnem uznaniem. Jest więc uzasadniona nadzieja, że i w Krynicy, gdzie zakres działania będzie znacznie obszerniejszym, zyska sobie podobne uznanie i potrafi trudne obowiązki zarządcy i urzędnika pogodzić z obowiązkami obywatela i zarządcy zakładu leczniczego, w którym rok rocznie kilka tysięcy chorych szuka zdrowia i ulgi w cierpieniach

Kolonia lecznicza dla uczniów w Ciechocinku. Ułożony w warsz. okręgu naukowym i przychylnie przyjęty przez władze ministeryalne projekt otwarcia z końcem r. b. szkolnego w Ciechocinku pierwszej letniej kolonii dla uczniów średnich zakładów szkolnych w ogólnych zarysaeh obejmuje, co następuje:

Zadaniem kolonii tej ma być ułatwianie leczenia uczniom, synom rodziców niezamożnych, lub z jakichkolwiek powodów nie mogących wydalać się z miejsc zamieszkania.

Koszta utrzymania kolonii tworzone być mają ze stałych dopłat z funduszów specyalnych wszystkich średnich zakładów w Królestwie Polskiem i opłaty uczniów, ustanowionej dla zamożniejszych po 1 rb. i niezamożnych po 50 k. na dobę za całodzienne utrzymanie, pomoc lekarską, rozrywki itp. Oprócz kąpieli i przejazdów, uczniowie ubodzy otrzymywać mają częściowe ulgi w opłacie lub nawet całe utrzymanie i kąpiele bezpłatnie.

Do kolonii rzeczonej przyjmowani być mają także półpensyonarze, t. j. mieszkający gdzieindziej, a przybywający da kolonii na dzień i ci opłacać mają po 60 i 30 kop. dziennie; dla uczniów zaś, mających po wakacyach egzaminy poprawkowe, zorganizowana będzie pomoc korepetytorów.

Otwarcie kolonii ciechocińskiej dla uczącej się młodzieży szkolnej nastąpić ma zaraz po ukończeniu roku szkolnego i trwać przez całe ferye letnie, z dwiema zmianami wysyłanych. W razie nadmiaru kandydatów, pierwszeństwo mieć będą uczniowie potrzebujący leczenia.

Rodzice, chcący wysłać synów do kolonii tej, winni w marcu składać podania na ręce dyrektorów gimnazyów i szkół realnych, lub inspektorów progimnazyów; chcący zaś korzystać z ulg, dołączą świadectwa odpowiednie.

Kolonia uczniowska w Ciechocinku pozostawać ma pod nadzorem osoby, wyznaczonej przez kuratora okręgu naukowego, a koszta utrzymania, obliczone na 100 uczniów, (w tem 10% bezpłatnych), z dwiema zmianami wynosić mają 4625 rb. każdorocznie.

Czcionkami drukarni Związkowej w Krakowie, pod zarządem A. Szyjewskiego.